



张艳玲 编著

向着阳光的方向奔跑

青少年

心灵治愈故事系列

每一颗成长中的心灵
都会有或多或少的纠结
听一些故事，打开一个心结
治愈一段忧伤
成长，是不断自我疗愈的过程

♥ 青少年心灵治愈故事系列

向着阳光的方向奔跑

张艳玲 编著

北京出版集团公司
北京少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

向着阳光的方向奔跑 / 张艳玲编著. — 北京: 北京少年儿童出版社, 2017. 1

(青少年心灵治愈故事系列)

ISBN 978 - 7 - 5301 - 4846 - 4

I. ①向… II. ①张… III. ①故事—作品集—世界
IV. ①I14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 178014 号

青少年心灵治愈故事系列

向着阳光的方向奔跑

XIANGZHE YANGGUANG DE FANGXIANG BENPAO

张艳玲 编著

*

北京出版集团公司 出版
北京少年儿童出版社

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100120

网 址: www.bph.com.cn

北京出版集团公司总发行

新华书店经销

北京同文印刷有限责任公司印刷

*

787 毫米 × 1092 毫米 16 开本 11.75 印张 142 千字

2017 年 1 月第 1 版 2017 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5301 - 4846 - 4

定价: 25.80 元

如有印装质量问题, 由本社负责调换

质量监督电话: 010 - 58572393

前言

成长路上，每一颗善感的心灵，都会有或多或少的纠结与忧伤。幸好这世上有一种疗愈的方法，它们藏在一个个小故事里，正如良师益友，陪伴着我们成长，帮助我们慢慢打开心灵，拥抱阳光。

2016年，我们出版了“青少年心灵治愈故事系列”全六册，此次新出版的三本，是对这一系列图书的补充。这九本书，收录了五百多个精彩的小故事，囊括了勇气、诚信、认知自我、专注、友爱、情绪管理等各个不同的情商培养主题，是暖心的读物，写给正值青春前期，在经历某种程度的迷茫与疼痛的人。

每一本书精心选编了数十个精彩的小故事。这些故事，或出自一些对后世有着深远影响的历史事件，或来自古今中外名圣先哲们的生活片段。书中的每个故事都不长，却以通俗的语言和生动的方式诠释着本来简单的人生真谛与深刻道理。

对于成长中的青少年来说，故事里蕴藏的人生智慧，不仅有益于智力的发展，更有利于品格的养成和性格的塑造，给人以精神的滋养。故事中所传递的温暖、向上、积极、美好的能量，会伴随阅读不知不觉地在他们心中生根发芽，鼓励着小读者学会爱，敢于梦想，用专注、勇敢、诚实等高贵的品质塑造自身，淬炼一颗更强大、更坚韧的心来面对挫折，拥抱美丽人生。

本丛书的每个故事都有“心灵物语”和“心灵加油站”两个板块，为读者提供了一种阅读引导，这里既阐述了故事的内涵，也给了读者静心思考的空间。每个故事都配有精美插图，美图美文，带领读者走进美好的故事世界。

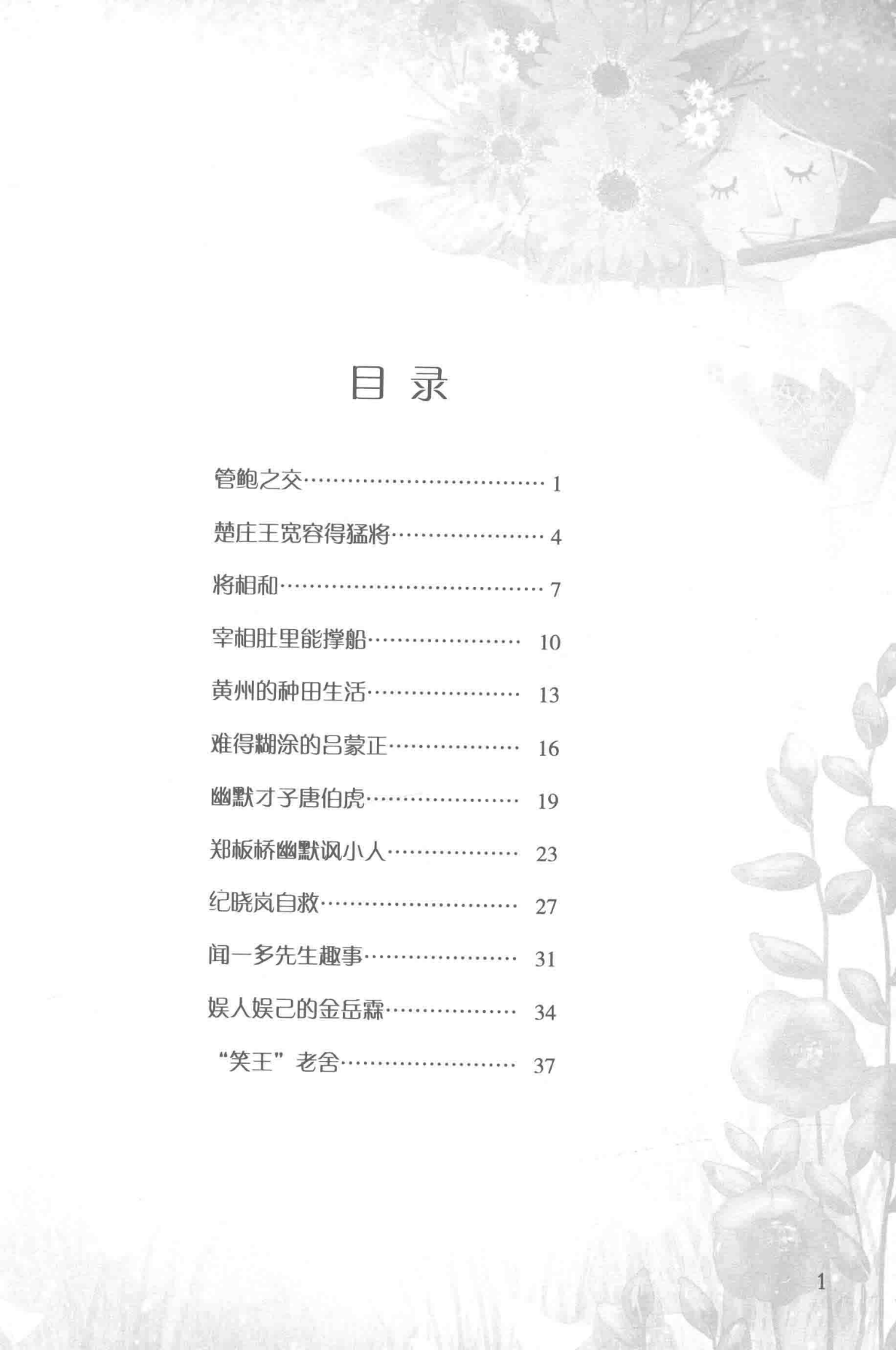
本丛书的策划及组稿过程中，得到了北京市史家小学、北京市第三十九中学、北京市广渠门中学等名校德育名师的真诚帮助，他们从多年的青少年德育工作的实践出发，对丛书提出中肯的修改意见和建议，让这套书更加贴近青少年的成长轨迹，对他们的人生更有帮助。

一路成长，一定会是这样：有哭有笑，有奔跑也有跌倒，但我们终将去向美好的远方。“青少年心灵治愈故事系列”，是送给成长中善感心灵的最美礼物。让这些精彩的励志小故事帮助我们抚平忧伤、点亮心灯，沿着青春的航线，在温暖中远行，在憧憬中走向美好的世界。

编者

2017年1月





目 录

管鲍之交·····	1
楚庄王宽容得猛将·····	4
将相和·····	7
宰相肚里能撑船·····	10
黄州的种田生活·····	13
难得糊涂的吕蒙正·····	16
幽默才子唐伯虎·····	19
郑板桥幽默讽小人·····	23
纪晓岚自救·····	27
闻一多先生趣事·····	31
娱人娱己的金岳霖·····	34
“笑王”老舍·····	37



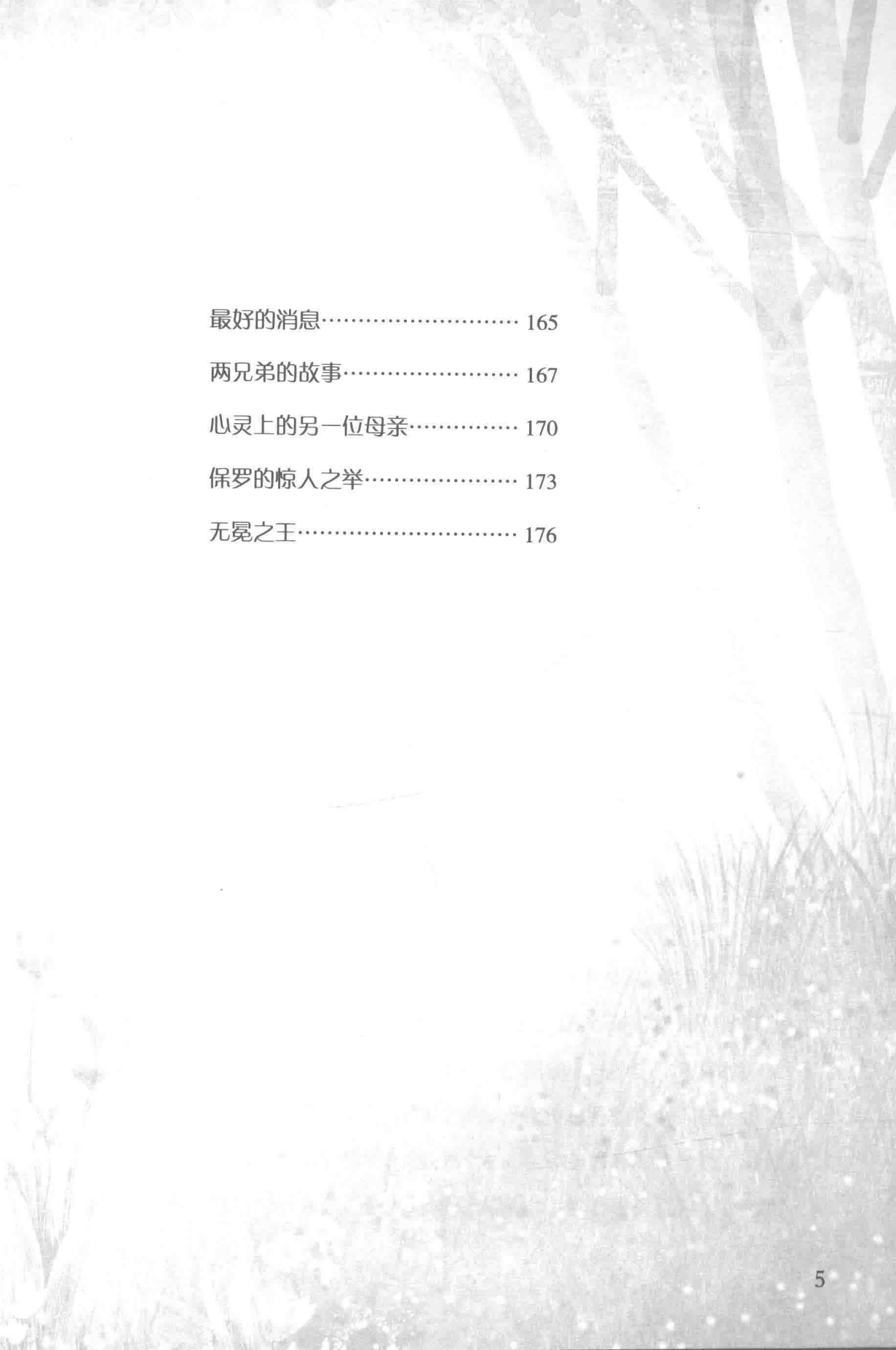
胡适的妙语·····	40
梁实秋跳加官·····	43
永葆童心的钱钟书·····	46
豁达的师长·····	49
梁思成的授课方式·····	52
张大千幽默待友·····	55
人性的光辉·····	58
新官上任不点火·····	62
语言大师侯宝林·····	65
一切都是人生的美丽经历·····	68
“老演员”袁隆平·····	71
大个子的小幽默·····	74
马云的比喻·····	77
大帝与少校·····	80



国王与老鹰·····	83
苏格拉底的人格魅力·····	85
伏尔泰用幽默脱困·····	88
华盛顿轶事·····	91
拿破仑的别样幽默·····	94
幽默文豪大仲马·····	97
狄更斯替友还债·····	100
风趣的柯南道尔·····	103
西奥多·罗斯福趣事·····	106
搬走心中的巨石·····	109
林肯巧除政敌·····	112
马克·吐温的智慧·····	115
乐天派罗素·····	118
诙谐的爱迪生·····	121



幽默高手海明威·····	124
萧伯纳的回击·····	127
向儿子学习·····	130
大师的风度·····	133
指挥官和炊事员·····	136
不能说的秘密·····	139
丘吉尔雄辩滔滔的背后·····	142
大智若愚的艾森豪威尔·····	145
肯尼迪的风度·····	148
爱因斯坦“相对论”妙解·····	151
戴高乐的法国式幽默·····	154
基辛格的机智·····	157
用幽默摆脱窘境的里根·····	160
走进星星的世界·····	163



最好的消息·····	165
两兄弟的故事·····	167
心灵上的另一位母亲·····	170
保罗的惊人之举·····	173
无冕之王·····	176

心灵物语

人们应该彼此容忍：每一个人都有弱点，在他最薄弱的方面，每一个人都能被切割捣碎。

 管鲍之交

鲍叔牙和管仲是我国春秋时期齐国的一对好朋友。鲍叔牙家境富裕，管仲则生于贫寒之家，又有母亲要奉养。鲍叔牙了解情况后，就拉着管仲一起做生意。因为管仲无钱投资，所以做生意的本钱几乎都是鲍叔牙出的。但每次分享收入时，管仲总是比鲍叔牙多拿一些，一些朋友知道后，纷纷为鲍叔牙抱不平，管仲就出那么一点点本钱，分钱的时候却拿大份，鲍叔牙实在是太吃亏了。可是，鲍叔牙却毫不在乎，每次都笑着为管仲开脱说：“管仲自幼家贫，还有老母亲要照顾，理应多拿一些。”管仲和鲍叔牙也曾经一同上过战场。在冲锋陷阵的时候，管仲总是躲在别人的后面，从不往前冲。大家很瞧不起管仲的这种行为，经常在背后议论纷纷，说他是胆小鬼。鲍叔牙听到了，认真地对众人说：“你们误会管仲了，他可



不是个贪生怕死的人，他不肯拼命是因为家中的老母年事已高，且只有他这么一个儿子，要是他出了什么事，谁来照料他的母亲呢！”

后来管仲也曾经做了几次官，每次都因为表现不好而被罢免，当大家都耻笑他的时候，鲍叔牙对人们解释说：“其实，管仲是个很有才干的人，只是运气不好而已，他将来是要做一番大事的，眼前的这些小事不适合他做。一旦有机会，他的能力就会展现出来。”

当时齐国的公子们为了争夺王位，爆发了内乱。管仲被任命辅佐公子纠，而鲍叔牙却被任命辅佐公子小白。后来因为形势所迫，两位公子被逼流亡避难，管仲跟随纠逃到鲁国，鲍叔牙和小白逃到了莒国。

最后，管仲辅佐的公子纠失败了，鲍叔牙辅佐的公子小白当上了齐国的君主，成为齐桓公。公子小白即位后，第一时间去请鲍叔牙，想任命他为宰相，帮助治理国家。但是，令人意外的是，鲍叔牙居然执意不肯。他说：“感谢大王如此看重我，要我做宰相。但是如果大王想称霸天下，我的能力就不足以辅助您了。我向您举荐一个人，他在各方面都比我出色，堪称最适合的宰相人选。”

“这个人是谁？”齐桓公问。

“管仲！”鲍叔牙大声答道。

当年，管仲辅佐的公子纠正是齐桓公的竞争对手，管仲为了让纠能顺利当上国王，曾经用箭暗算过小白。虽然那一箭只射中了小白腰带上的挂钩，并没有伤到人，但是小白对于这段往事一直耿耿于怀，视管仲为仇人。

“大王，”鲍叔牙知道齐桓公的心思，又接着说，“我知道您忘不了当年的‘一箭之仇’。可是这不能怪管仲呀，他也是为了帮他的主人纠才这么做的。一个人能忠心地为主人办事，也一定能忠心地为君王效力。如果您想使我们齐国强大起来，成为天下的霸主，就必须尽释前嫌，忘掉过去

不愉快的事，破格任用管仲，因为只有他才能够帮助您成就大业。”

在鲍叔牙的多番劝说下，齐桓公终于听从了他的建议，以最隆重的礼仪，请管仲来做宰相，而鲍叔牙则心甘情愿地做了他的助手。果然，管仲上任后就显露出非凡的治国才能，在他和鲍叔牙的合力治理下，齐国在政治、军事、经济等各方面都日益强大，终于成为诸侯国中最强大的国家，齐桓公也成为诸侯王中的霸主。

鲍叔牙死后，管仲在他的墓前痛哭不已，想起往日鲍叔牙对自己的包容和支持，他感叹道：“当初，我辅佐的公子纠失败了，别的大臣都以死殉主，我却甘愿成为阶下囚，鲍叔牙没有耻笑我没有气节，他知道我是为了图谋大业而不在乎一时的荣辱。对我来说，生养我的是父母，但是真正了解我的却是鲍叔牙啊！”

心灵加油站

文中的管仲，自私自利、贪生怕死，看起来并不值得结交。鲍叔牙却能够处处包容他，支持他，心甘情愿地辅助他，从不计较自己的得失，堪称真正无私之人。天下人不赞颂管仲的才干，却褒扬鲍叔牙的心胸。可见在世人的心中，一个人的品德比才能更为重要。

腹中天地宽，常有渡人船。用开阔的心胸去对待他人，你会赢得朋友和机会，信任和尊敬；用宽容的眼光去看待世界，你将看到和谐与美好，自由与广阔。

心灵物语

生活中有许多这样的场合：你打算用愤恨去实现的目标，完全可能由宽恕去实现。

❖ 楚庄王宽容得猛将 ❖

春秋战国时期，楚庄王因为打了大胜仗，十分高兴，便在宫中摆下盛大晚宴，招待群臣，场面热闹极了。为了助兴，楚庄王吩咐自己最宠爱的妃子许姬，轮流替群臣斟酒。

许姬走起路来像一只轻盈的蝴蝶，一会儿飞到东，一会儿飞到西。大臣们被她的美貌所吸引，疯狂的喧闹声一下子消失了。

忽然一阵大风吹进宫中，蜡烛被风吹灭，宫中立刻漆黑一片。黑暗中，有人扯住许姬的衣袖想要亲近她。许姬赶快挣脱，并顺手拔下那人的帽缨。随后，许姬来到楚庄王身边，低声说：“有人趁着黑暗轻薄于我，我已拔下了他的帽缨，请大王赶紧叫人点灯，看谁没有帽缨就把他抓起来处置。”

楚庄王说：“且慢！今天我请大家来喝酒，酒后失礼是常有的事，不宜怪罪。再说，众位将士为国效力，我怎么能因为爱护你而辱没我的将士呢？”说完，楚庄王不动声色地对众人喊道：“各位，今天寡人请大家喝酒，大家一定要尽兴，请大家都把帽缨拔掉，不拔掉帽缨不足以尽欢！”于是群臣都拔掉自己的帽缨，楚庄王再命人重新点亮蜡烛，宫中一片欢笑，众人尽欢而散。

三年后，晋国侵犯楚国，楚庄王亲自带兵迎战。交战中，楚庄王发现自己军中有一员将官，总是奋不顾身，冲杀在前，所向无敌。众将士也在他的影响和带动下，奋勇杀敌，斗志高昂。这次交战，晋军大败，楚军大胜回朝。

战后，楚庄王把那位将官找来，问他：“你如此勇猛，寡人竟然没能及时发现，实在是不应该。但是你却一点也不介意，还为楚国立下无数的功劳。寡人平日好像并未对你有过什么特殊好处，你为什么会如此冒死奋战呢？”

那将官跪在楚庄王阶前，低着头回答说：“大王，臣就是那个被许姬拔掉帽缨的罪人啊！三年前，臣在大王宫中酒后失礼，本该处死，可是大王不仅没有追究、问罪，反而还设法保全我的面子，臣深深感动，对大王的恩德牢记在心。从那时起，我就时刻准备用自己的生命来报答大王的恩德。这次上战场，正是我立功报恩的机会，所以我不惜性命奋



勇杀敌，就算战死疆场也无怨无悔。”

一番话使楚庄王和在场将士大受感动。楚庄王亲自走下台阶，将那位泪流满面的将官扶起。自此，楚庄王又多了一名赤胆忠心的猛将。

心灵加油站

大度的楚庄王，为我们印证了一句话，宽容引起的道德震动比惩罚来得更强烈。任何时候，温和的宽恕比严厉的批评更能改变人，也更有力量。

生活如同一面镜子，照射着我们的内心。你如何对待它，它就会如何对待你。宽厚仁慈者，娱人娱己；锱铢必较者，误人误己。

很多时候，善待别人，就是在帮助和支持明天的自己。生命就是如此奇妙，种瓜得瓜，种豆得豆。你所给予的，终将回馈到你身上。

心灵物语

不会宽容别人的人，是不配受到别人的宽容的。但是谁能说自己是不需要宽容的呢？

将相和

蔺相如是我国战国时期赵国的上卿，著名的政治家、外交家、军事家。他原本出身低微，因出使秦国，勇敢机智地保护了赵国价值连城的宝物“和氏璧”，立了大功，被封为上大夫。过了不久，秦王又以议和之名约赵王到渑池相会。出发之前，蔺相如跟大将军廉颇经过商议，决定由廉颇领重兵驻防边境以防万一，而蔺相如则随从赵王赴会。

宴会上，秦王借着酒劲对赵王说：“我听说您喜欢弹瑟，请弹一曲给我听听。”赵王就在筵席上弹了一曲。秦国的史官走上前来，写道：“某年某月某日，秦王与赵王会饮，命令赵王弹瑟。”蔺相如立刻上前对秦王说：“赵王听说秦王擅长秦国的音乐，现在我奉献盆缶，请秦王敲敲以相娱乐。”秦王大怒，不肯答应。蔺相如捧着盆缶上前，跪着献给秦王，秦